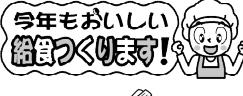
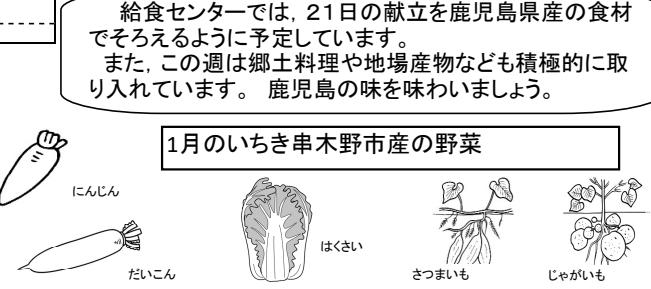
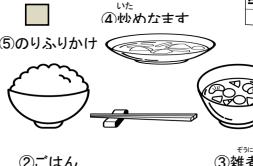
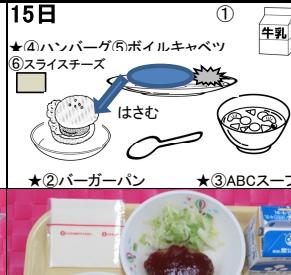
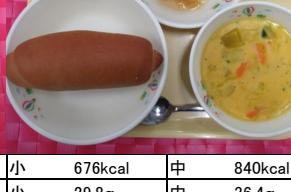
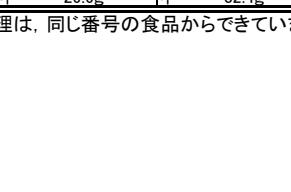
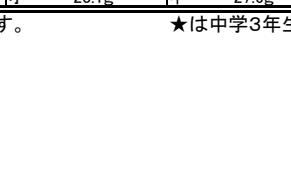
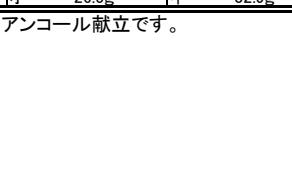


令和7年度 1月分 学校給食献立表

いちき串木野市立学校給食センター

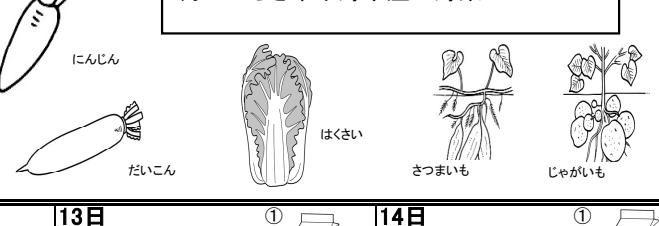
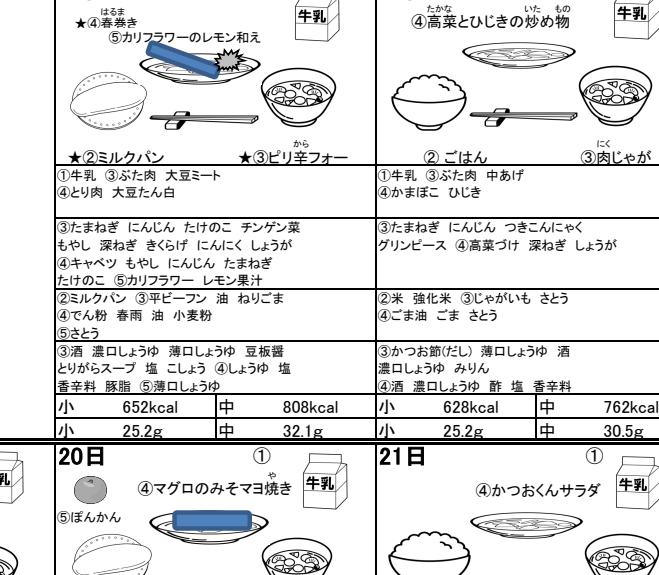
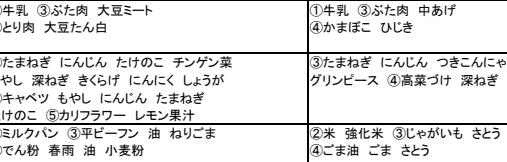
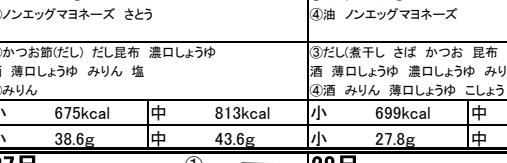
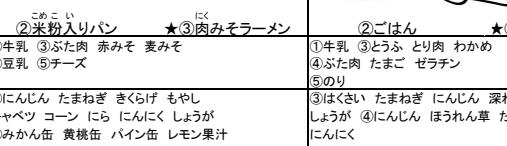
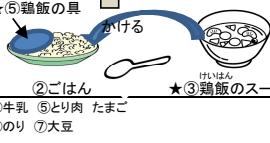
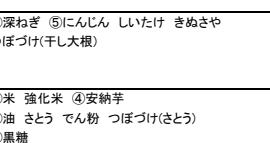
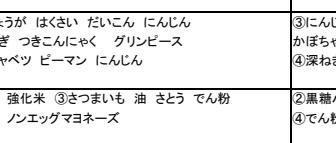
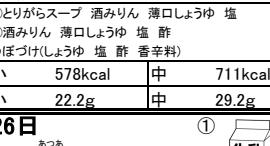
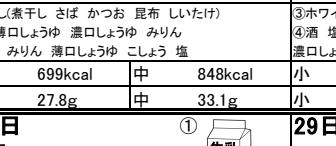
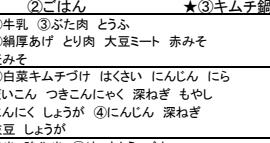
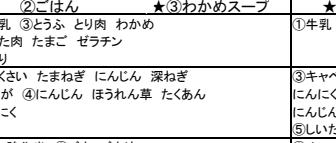
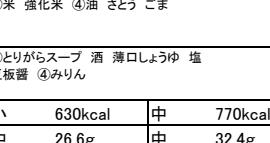
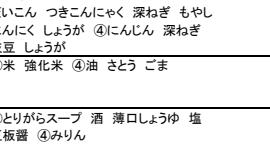
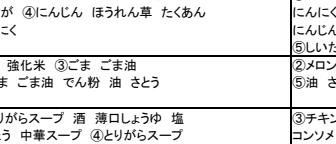
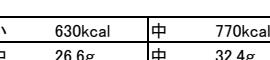
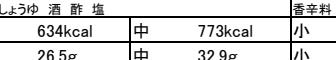
	月	火	水	木	金																				
献立	1月の平均栄養量 エネルギー 小 642Kcal 中 788Kcal たんぱく質 小 26.7g 中 32.4g 脂 質 小 27.7% 中 26.4% (エネルギーに対して)  今年もおいしい給食つくります!	鹿児島をまるごと味わう 学校給食週間 1月19日(月)~23日(金)  <p>給食センターでは、21日の献立を鹿児島県産の食材でそろえるように予定しています。 また、この週は郷土料理や地場産物なども積極的に取り入れています。鹿児島の味を味わいましょう。</p> <p>1月のいちき串木野市産の野菜</p> <ul style="list-style-type: none"> ふかねぎ にんじん だいこん はくさい さつまいも じゃがいも 		8日 ★④フルーツポンチ  9日 ①牛乳 ⑤のりふりかけ  10日 ②ごはん ③雑煮																					
				 <table border="1"> <tr> <td>小 600kcal</td> <td>中 764kcal</td> <td>小 594kcal</td> <td>中 733kcal</td> </tr> <tr> <td>小 25.3g</td> <td>中 31.4g</td> <td>中 23.5g</td> <td>中 29.5g</td> </tr> </table>	小 600kcal	中 764kcal	小 594kcal	中 733kcal	小 25.3g	中 31.4g	中 23.5g	中 29.5g													
小 600kcal	中 764kcal	小 594kcal	中 733kcal																						
小 25.3g	中 31.4g	中 23.5g	中 29.5g																						
献立	12日  成人の日	13日 ①牛乳 ④春巻き ⑤カリフラワーのレモン和え  14日 ①牛乳 ④高菜とひじきの炒め物  15日 ①牛乳 ④ハンバーグ(5)ボイルキャベツ ⑥スライスチーズ  16日 ①牛乳 ④さっぱりサラダ ⑤ミルメール(キャラメル) 	17日 ①牛乳 ④カツオの煮付け ⑤枝豆の甘煮  18日 ①牛乳 ④さくらんぼのヨーグルト ⑤さくらんぼのヨーグルト  19日 ①牛乳 ⑥きざみのり ④安納芋の焼き芋 ⑤鶏飯の具  20日 ①牛乳 ④マグロのみぞマヨ焼き  21日 ①牛乳 ④かつおくんサラダ  22日 ①牛乳 ④ネギ黒酢チキン  23日 ①牛乳 ④ぶりの梅えソース 	24日 ①牛乳 ④厚揚げのそぼろみそかけ  25日 ①牛乳 ④フルーツ杏仁  26日 ①牛乳 ④キンパの具  27日 ①牛乳 ④花花サラダ  28日 ①牛乳 ④キーマカレー 	29日 ①牛乳 ④ごまドレッシング  30日 ①牛乳 ④ヨーグルト  31日 ①牛乳 ④白菜のスープ 	32日 ①牛乳 ④白菜のスープ  33日 ①牛乳 ④白菜のスープ 																			
				             	<table border="1"> <tr> <td>小 578kcal</td> <td>中 711kcal</td> <td>小 675kcal</td> <td>中 813kcal</td> <td>小 699kcal</td> <td>中 848kcal</td> <td>小 676kcal</td> <td>中 840kcal</td> <td>小 655kcal</td> <td>中 750kcal</td> </tr> <tr> <td>小 22.2g</td> <td>中 29.2g</td> <td>小 38.6g</td> <td>中 43.6g</td> <td>小 27.8g</td> <td>中 33.1g</td> <td>小 29.8g</td> <td>中 36.4g</td> <td>中 27.0g</td> <td>中 29.6g</td> </tr> </table>	小 578kcal	中 711kcal	小 675kcal	中 813kcal	小 699kcal	中 848kcal	小 676kcal	中 840kcal	小 655kcal	中 750kcal	小 22.2g	中 29.2g	小 38.6g	中 43.6g	小 27.8g	中 33.1g	小 29.8g	中 36.4g	中 27.0g	中 29.6g
小 578kcal	中 711kcal	小 675kcal	中 813kcal	小 699kcal	中 848kcal	小 676kcal	中 840kcal	小 655kcal	中 750kcal																
小 22.2g	中 29.2g	小 38.6g	中 43.6g	小 27.8g	中 33.1g	小 29.8g	中 36.4g	中 27.0g	中 29.6g																
献立	26日 ①牛乳 ④厚揚げのそぼろみそかけ  27日 ①牛乳 ④フルーツ杏仁  28日 ①牛乳 ④キンパの具  29日 ①牛乳 ④花花サラダ  30日 ①牛乳 ④キーマカレー 	31日 ①牛乳 ④白菜のスープ  32日 ①牛乳 ④白菜のスープ  33日 ①牛乳 ④白菜のスープ 	<table border="1"> <tr> <td>小 630kcal</td> <td>中 770kcal</td> <td>小 604kcal</td> <td>中 767kcal</td> <td>小 634kcal</td> <td>中 773kcal</td> <td>小 634kcal</td> <td>中 788kcal</td> <td>小 689kcal</td> <td>中 823kcal</td> </tr> <tr> <td>小 26.6g</td> <td>中 32.4g</td> <td>小 23.1g</td> <td>中 27.6g</td> <td>小 26.5g</td> <td>中 32.9g</td> <td>小 21.0g</td> <td>中 25.8g</td> <td>中 29.0g</td> <td>中 34.6g</td> </tr> </table>	小 630kcal	中 770kcal	小 604kcal	中 767kcal	小 634kcal	中 773kcal	小 634kcal	中 788kcal	小 689kcal	中 823kcal	小 26.6g	中 32.4g	小 23.1g	中 27.6g	小 26.5g	中 32.9g	小 21.0g	中 25.8g	中 29.0g	中 34.6g		
小 630kcal	中 770kcal	小 604kcal	中 767kcal	小 634kcal	中 773kcal	小 634kcal	中 788kcal	小 689kcal	中 823kcal																
小 26.6g	中 32.4g	小 23.1g	中 27.6g	小 26.5g	中 32.9g	小 21.0g	中 25.8g	中 29.0g	中 34.6g																

※ 各料理は、同じ番号の食品からできています。

★は中学3年生のアンコール献立です。

令和7年度 1月分 学校給食予定献立表

いちき串木野市立学校給食センター

月	火	水	木	金
献立	1月の平均栄養量	鹿児島をまるごと味わう 学校給食週間 1月19日(月)~23日(金)		
	エネルギー 小 642Kcal 中 788Kcal	給食センターでは、21日の献立を鹿児島県産の食材でそろえるように予定しています。		
	たんぱく質 小 26.7g 中 32.4g	また、この週は郷土料理や地場産物なども積極的に取り入れています。鹿児島の味を味わいましょう。		
	脂 質 小 27.7% 中 26.4% (エネルギーに対して)			
	主に体をつくるものになるもの			
	主に体の調子を整えるもの			
	主に熱や力になるもの			
	調味料等			
	エネルギー たんぱく質			
		1月のいちき串木野市産の野菜 		
1月のいちき串木野市産の野菜 				
献立	12日	13日	14日	15日
				
	12日 		13日 	
	13日 		14日 	
	14日 		15日 	
	15日 		16日 	
	16日 			
献立	19日	20日	21日	22日
				
	19日 		20日 	
	20日 		21日 	
	21日 		22日 	
	22日 		23日 	
	23日 			
献立	26日	27日	28日	29日
				
	26日 		27日 	
	27日 		28日 	
	28日 		29日 	
	29日 		30日 	
	30日 			

※ 各料理は 同じ番号の食品からできています。

★は中学3年生のアンヨール献立です。